



ESCUELA UNIVERSITARIA
DE ENFERMERÍA HUESCA
Adscrito a Universidad
de Zaragoza



Trabajo Fin de Grado

IMPORTANCIA DE LA ENFERMERA ESCOLAR.
PROGRAMA DE EDUCACIÓN PARA LA SALUD.

Laura Alcaine Gonzalvo

Director

Ángel Orduna Onco

2020-2021

Universidad de Zaragoza.
Escuela de Enfermería de Huesca

ÍNDICE

1. Resumen	1-2
2. Introducción.....	3-5
3. Objetivos	5
3.1. Objetivos generales.....	5
3.2. Objetivos específicos.....	5
4. Metodología.....	6-7
5. Desarrollo.....	8
5.1. Análisis e introducción al programa de salud.....	8
5.2. Población diana de estudio.....	8
5.3. Objetivos del programa.....	9
5.3.1. Objetivos generales.....	9
5.3.2. Objetivos específicos.....	9
5.3.3. Objetivos operativos.....	9
5.4. Organización de las actividades.....	9
5.4.1. Actividades.....	9
5.4.2. Recursos humanos y materiales.....	10-11
5.4.3. Cronograma.....	11-12
5.5. Desarrollo del programa.....	12-15
6. Evaluación del programa.....	15
7. Conclusiones	15
8. Bibliografía.....	16-20
9. Anexos.....	21-41

1. RESUMEN

Introducción:

En España, la figura de la Enfermera Escolar no está implantada de forma generalizada, ya que generalmente en la enseñanza pública se cubre por las enfermeras comunitarias del centro de salud y con los programas de salud escolar. Esta figura es un pilar fundamental ya que tiene los conocimientos necesarios para atender las necesidades de los niños, así como la prevención y promoción de su salud.

Objetivo principal:

El objetivo principal de este programa de salud es sensibilizar a los padres y alumnos sobre la necesidad de la figura de Enfermera Escolar en los centros educativos justificando las intervenciones que pueden llevar a cabo.

Metodología:

Se ha realizado una revisión bibliográfica en diferentes bases de datos, revistas y diversas páginas de base científica.

Posteriormente, se han realizado diferentes sesiones educativas y cuestionarios para conocer el nivel de conocimientos de los alumnos. También se han realizado encuestas a padres para conocer su opinión.

Las sesiones se imparten en las horas asignadas de tutoría para cada curso, desde la tercera semana de noviembre a la segunda semana de diciembre.

Conclusión principal:

La Enfermera Escolar es la figura idónea como referente de salud.

Tiene los conocimientos necesarios para realizar una valoración de manera holística, atender las necesidades de los alumnos, padres y profesores, detectar anomalías, así como la capacidad para impartir educación sanitaria para la promoción de salud y prevención de enfermedades.

Mejora la calidad de vida y el rendimiento escolar de los adolescentes.

Palabras clave: enfermería, enfermería escolar, adolescentes, promoción de salud, rol.

ABSTRACT

Introduction:

In Spain, the figure of the School Nurse is not widely implemented, since in public education it is often covered by the community nurses of nearby public health centers and also by the school health programs. This figure is a paramount as it has the necessary knowledge to meet the needs of children, as well as the prevention and promotion of their health.

Main goal:

The main objective of this health program is to raise awareness among parents and students about the need of School Nurses in educational centers justifying the interventions they can carry out.

Methodology:

A bibliographic review has been carried out in different databases, magazines and diverse science-based papers.

Subsequently, different educational sessions and questionnaires have been conducted to learn student's level of knowledge. Surveys have also been made to the parents to know their opinion.

These sessions are given in the course's assigned mentoring hours, ranging from the third week of November to the second week of December.

Final thoughts:

The School Nurse is the ideal figure as a health referral.

She has the necessary knowledge to perform a holistic assessment, attend students, parents and teachers needs, detect anomalies, as well as the ability to provide health education for health promotion and disease preventions.

It improves the quality of life and school performance of teenagers.

Keywords: nursing, school nursing, teenagers, health promotion, role.

2. INTRODUCCIÓN

Enfermería es una profesión en constante evolución, es primordial una formación continuada ya que está en continuo avance tecnológico y necesita adaptarse a los cambios existentes de la sociedad (1).

La enfermería escolar tiene su origen en Londres, en 1891 en el "Congreso de Higiene y Demografía", al ver los beneficios de las visitas de enfermería para la revisión de los alumnos. En 1897 se fundó "The London School Nurses Society" y tras comprobar que la salud de los escolares mejoraba, se decidió crear puestos de enfermeras a tiempo completo.

Hoy en día, la enfermería escolar está regulada uniformemente en diferentes países como Estados Unidos, Londres, Francia, Escocia y Suecia (4).

En España, la existencia de esta figura en centros educativos es aislada (2). Hace más de 30 años, la enfermera escolar realiza su labor en los centros de Educación Especial y en algunos colegios de educación infantil, primaria y secundaria de centros privados y públicos (3).

Esta figura, generalmente, en la enseñanza pública se cubre por las enfermeras comunitarias del centro de salud y con los programas de salud escolar (4).

Según la AMECE, la enfermera escolar se define como aquel profesional que dentro del ámbito escolar tiene la responsabilidad de ofrecer los cuidados necesarios personalizados a cada individuo para permitir aumentar la capacidad del individuo y así prevenir, detectar o tratar los problemas existentes (2).

Sus competencias profesionales se han definido en la Asociación Madrileña de Enfermería en Centros Educativos (AMECE) (2).

El papel mas importante es la prevención y promoción de la salud mediante educación para la salud e identificación precoz de problemas y/o enfermedades, ya que son un papel clave en la salud actual de los escolares (2).

Las enfermeras escolares tienen que tener los conocimientos adecuados en las siguientes áreas de especialización:

- Curso de Adaptación Pedagógica (CAP)
- Urgencias
- Salud Mental
- Pediatría
- Atención Primaria/Comunitaria

En muchos centros escolares los profesores tienen que asistir al alumnado, ya que no existe la figura de enfermera escolar. La mayoría no se sienten capacitados por lo que afirman que es imprescindible la existencia de una enfermera, ya que ellos no tienen los conocimientos necesarios para realizar según que intervenciones, y si esta figura existiera en todos los centros se verían liberados de realizar actividades que no son de su competencia. (1)

En las últimas décadas se ha incrementado el número de niños con patologías crónicas y la enfermera es la persona adecuada para atender este tipo de patologías en relación con el resto de trabajadores del centro educativo. (7)

Hay alumnos que no pueden acudir al colegio/instituto por no existir personal cualificado para cubrir sus necesidades (2).

En estos casos, la enfermera es imprescindible en la administración de medicación , ya que puede existir riesgo para el alumnado si se encarga de ello personal que no tiene los conocimientos necesarios, ni está contemplado legalmente su administración. (7)

Por otro lado, la existencia de la enfermera escolar contribuye a facilitar la conciliación familiar y laboral, ya que evita las salidas del trabajo para acudir al centro de salud. (5)

Las actuaciones e intervenciones de la enfermera escolar, se establecen de acuerdo a las cuatro funciones de la enfermería profesional: asistencial, docente, investigación y gestión (4).

En un centro educativo, los ámbitos específicos de actuación son los siguientes: (3)

- Educación sanitaria: hábitos de vida saludables y prevención de enfermedades.
- Alumnado con patologías crónicas: autocuidado, proporcionar los medios adecuados a los padres, alumnos y profesores.
- Alimentación: prevención de trastornos alimentarios, detección y asesoramiento de conductas alimenticias.
- Situaciones de urgencias: ante traumatismos, intoxicaciones, etc.
- Prevención de enfermedades infecciosas: educación sanitaria y vacunación.

- Prevención y atención de enfermedades físicas y psíquicas: prevenir y detectar los problemas relacionados con las emociones, autoestima, bullying, violencia de género, etc.
- Prevención de conductas y hábitos de vida no saludables: consumo de alcohol, tabaco u otras sustancias, así como programas de educación sexual. (3)

En definitiva, la Enfermera Escolar es un pilar fundamental para mejorar la calidad de vida y el rendimiento escolar de los alumnos. (9) Así como proporcionar seguridad tanto a los alumnos, padres y/o profesores ya que responden profesionalmente ante las necesidades de salud que surgen cada día con más frecuencia en los entornos educativos. (5)

He elegido este tema para mi trabajo, ya que bajo mi punto de vista la existencia de enfermera escolar es una necesidad, ya que existen muchas personas con necesidades especiales a las que hay que prestarles una atención integral para que tengan la mejor calidad de vida posible, así como su colaboración con su familia y profesorado. La mejor figura cualificada para prestar esta necesidad es una enfermera/o.

3. OBJETIVOS

3.1. Objetivos generales:

- Realizar un programa de educación para la salud sobre la necesidad de la figura de enfermera escolar en centros educativos.

3.2. Objetivos específicos:

- Destacar la importancia de la existencia de la enfermera escolar para la prevención y promoción de la salud.
- Justificar la necesidad de la enfermera escolar ante enfermedades crónicas.
- Justificar la labor de enfermera escolar en el ámbito clínico-asistencial.
- Identificar las intervenciones más relevantes de la enfermera en el ámbito escolar.

4. METODOLOGÍA

Se realizó una revisión bibliográfica en las siguientes bases de datos:

Pubmed, Scielo, Google Académico, revistas y diversas páginas de base científica como la Organización Mundial de la Salud (OMS), Colegios Oficiales de Enfermería, AMMECE.

Las palabras clave utilizadas: enfermería, school nursing, adolescentes, health education, role, "health promotion", enfermería escolar, teenagers.

Se utilizó una serie de combinaciones con los operadores booleanos AND y OR.

Los criterios de inclusión utilizado para delimitar la búsqueda fueron los siguientes:

- Artículos que hablen sobre enfermera escolar en centros que no sean de educación especial.
- Artículos publicados en los últimos 6 años.
- Artículos publicados en inglés o español.

A continuación, se muestra una tabla resumen de las bases de datos utilizadas:

Tabla 1: Bases de datos utilizadas.

Base de datos	Palabras clave y operadores booleanos	Artículos obtenidos	Artículos seleccionados
Pubmed	"school nursing" AND "teenagers"	42	2
Pubmed	"school nursing" AND ("health education" OR health promotion")	38	1
Pubmed	"school nursing" AND "role"	29	2
Scielo	"enfermería escolar"	17	4
Revistas y otras páginas de base científica			22
TOTAL			31

Fuente: Elaboración propia.

Tras la aplicación de los operadores booleanos y los criterios de búsqueda anteriormente mencionados, se obtuvieron artículos, de los cuales se descartaron por las siguientes razones:

- Artículos duplicados.
- No tenía información relevante para el programa de salud.
- Hablaban sobre enfermeras en centros de educación especial.

Este programa de salud se va a realizar a partir de sesiones informativas, cuestionarios a los alumnos y encuestas a padres que acuden de forma voluntaria con inscripción previa a las sesiones para conocer así la necesidad de la figura de enfermera escolar.

El modelo de este programa de salud se realizó comparando diferentes artículos, tesis doctoral (12) trabajos finales de grado relacionados con la enfermera escolar y su importancia en centros educativos. (6,30,31)

Para poder impartir este programa de salud, será necesario presentar el proyecto al personal docente y directivos del I.E.S.Elaios y que nos den permiso para su ejecución.

Así como, la explicación a los alumnos de las sesiones que se van a impartir facilitándoles un folleto informativo. También será necesario, ya que son menores de edad facilitarles una autorización para que rellenen los padres o tutores legales, para darnos su consentimiento para que sus hijos/as reciban la información y puedan participar en el programa de salud realizando los cuestionarios de forma anónima para proteger su intimidad.

También existen una serie de limitaciones: es probable que no conozcan en profundidad los contenidos ya que el tiempo tiene que ajustarse a las horas de tutorías, tanto el cuestionario previo como la encuesta a los padres son de elaboración propia.

En cambio el cuestionario de evaluación es adaptado de un estudio realizado por una alumna de la Universidad de Tenerife. (31)

5. DESARROLLO

5.1. Análisis e introducción del programa de salud

Partiendo de la revisión bibliográfica consultada, cabe destacar el desconocimiento que existe sobre la figura de la enfermera escolar y sus intervenciones en un centro educativo. (2)

Por lo tanto, el programa de salud tiene dos objetivos principales:

1. Promocionar la figura de la Enfermera Escolar.
2. Realizar sesiones educativas para aumentar los conocimientos de los asistentes y promoción de la salud.

La enfermera escolar desempeña cuatro funciones básicas: asistencial, docente, gestora e investigadora. (6)

La adolescencia es un periodo de grandes cambios y es la etapa donde el individuo crea su propia identidad. En esta edad, es más habitual desarrollar conductas de riesgo, las cuales pueden llevar a problemas escolares, trastornos alimenticios, consumo de sustancias nocivas, accidentes, etc. Todo ello, conlleva grandes consecuencias de morbilidad y elevados costes sociales, que se pueden evitar si se trata mediante prevención primaria en la adolescencia temprana. (16)

5.2. Población diana de estudio

El programa de salud está dirigido para los alumnos del I.E.S Elaios de cuarto de la E.S.O, profesores y directores y padres de los alumnos ya que su conocimiento es primordial para que valoren la necesidad de la existencia de una enfermera escolar en el centro debido a los beneficios existentes.

En 4º de la ESO hay 4 clases de la A a la D, con 22 alumnos en cada clase.

He seleccionado a los alumnos de cuarto de secundaria ya que estos adolescentes se consideran como un grupo de riesgo y entre las funciones de la enfermera, destaca la educación para la promoción de hábitos de vida saludables, la cual es determinante para toda la comunidad. (8) Anteriormente se les ha pedido su consentimiento y autorización legal de los padres para participar y recibir la información del programa de salud. Los padres que han solicitado acudir a las sesiones por el correo son 20.

5.3. Objetivos

5.3.1 Objetivos generales:

- Proporcionar información a los alumnos, profesores y padres sobre la necesidad de implantación de la figura de enfermera escolar para la prevención, promoción de la salud, cuidados y seguimiento de enfermedades.

5.3.2. Objetivos específicos:

- Sensibilizar a los alumnos sobre la importancia de seguir unos hábitos de vida saludables.
- Conseguir que el alumnado sepa identificar un problema de salud que pueda necesitar a la enfermera escolar.
- Incrementar el nivel de conocimientos sobre hábitos de vida saludables en un 70%.
- Conocer la figura enfermera como agente referente de salud para la resolución de problemas.
- Concienciar a los padres, profesores y alumnado de la importancia de la existencia de la enfermera escolar para la mejora de la calidad de los cuidados y rendimiento escolar.

5.3.3. Objetivos operativos:

- El programa de salud constará de sesiones informativas al alumnado de 4º ESO, así como a padres, profesores y directivos acerca de la importancia de la enfermera escolar.
- Presentar el proyecto al personal del centro y solicitar autorización a los padres.
- Toda la información impartida en las sesiones se basará en evidencia científica contrastada en diferentes bases de datos.

5.4. Organización de las actividades

5.4.1. Actividades:

- Presentación del proyecto al personal docente y directivos del I.E.S. Elaios de Zaragoza.

- Solicitud de autorización de los padres o tutor legal para la participación de los alumnos en el proyecto. (Anexo 1)
- Entrega de folleto informativo. (Anexo 2)
- 1ª sesión: Introducción. Necesidad de enfermera escolar en un centro educativo. Intervenciones de enfermería. (Anexo 3) Cuestionario previo a los alumnos del centro. (Anexo 4)
- 2ª sesión: Primeros auxilios. (Anexo 5)
- 3ª sesión: Alimentación y hábitos saludables para la prevención de obesidad y otras enfermedades. (Anexo 6)
- 4ª sesión: Enfermedades crónicas y necesidades especiales. (Anexo 7). Cuestionario de evaluación para evaluar los conocimientos aprendidos y encuesta a padres para valorar la necesidad de la existencia de la enfermera escolar. (Anexo 8) (Anexo 9)

5.4.2. Recursos:

- Humanos:

Este programa de salud será impartido por una enfermera, la cual será la encargada de la realización del proyecto, así como de contactar con el Instituto para llevarlo a cabo.

- Materiales:

- Folleto informativo del programa de salud.
- Cuestionarios de evaluación: se realizarán dos cuestionarios, uno previo a la realización de las sesiones y otro al finalizar el programa para evaluar los conocimientos aprendidos.
- Encuestas a padres: se entregará uno a cada padre/madre.
- Medios audiovisuales: proyector con pantalla, ordenador (facilitado por el centro)
- Bolígrafo y folios para coger apuntes (facilitados por el centro).

A continuación se muestra la tabla resumen de los recursos materiales utilizados:

Tabla 2: Recursos materiales utilizados.

PRODUCTO	CANTIDAD	PRECIO/ UNIDAD	TOTAL
Folleto informativo del proyecto	88 (alumnos) + 4 (profesores)= 92	0,05 €	4,6 €
Autorización padres/tutor legal	88 (alumnos)	0,05 €	4,4 €
Cuestionario previo a las sesiones	88 (alumnos)	0,05 €	4,4 €
Cuestionario de evaluación	88 (alumnos)	0,15€	13,2€
Encuesta a padres	20	0,05 €	1 €

Fuente: Elaboración propia.

5.4.3. Cronograma

Tabla 3: Cronograma de actividades del programa de salud.

ACTIVIDADES/ SEMANAS	NOVIEMBRE				DICIEMBRE	
	1 SEM	2 SEM	3 SEM	4 SEM	1 SEM	2 SEM
Explicación al equipo directivo						
Entrega de folleto informativo y autorizaciones a los alumnos						
Plazo final entrega autorizaciones						
1º sesión						
2º sesión						
3º sesión						
4º sesión						

Fuente: Elaboración propia.

La explicación al equipo directivo será el primer lunes de noviembre ya que las horas asignadas de tutoría en cada uno de los cursos son 4A y 4B el martes y 4C y 4D el jueves.

En esa misma semana se entregará el folleto informativo a los alumnos y las autorizaciones para recibir información del programa de salud.

El plazo final de entrega será el viernes de la 2ª semana de noviembre, que me notificará el tutor de cada curso.

Los padres interesados en acudir a las sesiones pueden solicitarlo al e-mail que se encuentra en el folleto informativo del programa de salud con plazo final hasta el viernes de la 2ª semana de noviembre.

Las sesiones se realizarán en la hora de tutoría semanal que tiene cada curso asignada en su respectivo horario escolar en las semanas y meses indicados en el cronograma.

- 1ª sesión: Introducción enfermería escolar y actividades más importantes.

Cuestionario previo. Se realizará en la 3ª semana de noviembre, el martes de 9 a 11 horas a 4ªA y de 11 a 13 horas a 4º B; los jueves de 9 a 11 horas a 4ºC y de 11 a 13 horas a 4ºD.

- 2ª sesión: Primeros auxilios. Se realizará en las horas de tutoría durante la 4ª semana de noviembre.

- 3ª sesión: Alimentación y hábitos saludables para la prevención de enfermedades. Se realizará durante la 1ª semana de diciembre.

- 4ª sesión: Enfermedades crónicas y necesidades especiales. Cuestionario de evaluación y encuesta a padres. Tendrá lugar la 2ª semana de diciembre.

5.5. Desarrollo de actividades

Se realizarán 4 sesiones durante el curso lectivo, desde noviembre a la segunda semana de diciembre.

Las sesiones serán impartidas por una enfermera y tendrán una duración de 2 horas.

Para comenzar, me presentaré a los asistentes y les entregaré un cuestionario para comprobar el nivel de conocimientos de los alumnos. (Anexo 3)

SESIÓN 1. INTRODUCCIÓN A LA ENFERMERA ESCOLAR.				
CURSO	4A	4B	4C	4D
FECHA	3ª semana noviembre			
DURACIÓN	2 Horas			
DÍA	Martes	Martes	Jueves	Jueves
HORA	9 a 11 horas	11 a 13 horas	9 a 11 horas	11 a 13 horas
LUGAR	AULA ASIGNADA I.E.S. ELAIOS			
DIRIGIDO A	ALUMNADO DE 4º ESO, EQUIPO DOCENTE Y PADRES/MADRES			
RECURSOS	MATERIALES		HUMANOS	
	<ul style="list-style-type: none">- Ordenador- Pantalla y proyector- Folleto informativo- Cuestionarios		<ul style="list-style-type: none">- Enfermera	
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none">- Definición de enfermera escolar.- Antecedentes y situación hoy en día.- Problemas más habituales en la adolescencia.- Funciones de enfermería en el ámbito escolar.			

Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 2. PRIMEROS AUXILIOS, SALVAR VIDAS.				
CURSO	4A	4B	4C	4D
FECHA	3ª semana noviembre			
DURACIÓN	2 Horas			
DÍA	Martes	Martes	Jueves	Jueves
HORA	9 a 11 horas	11 a 13 horas	9 a 11 horas	11 a 13 horas
LUGAR	AULA ASIGNADA I.E.S. ELAIOS			
DIRIGIDO A	ALUMNADO DE 4º ESO, EQUIPO DOCENTE Y PADRES/MADRES			
RECURSOS	MATERIALES		HUMANOS	
	- Ordenador - Pantalla y proyector - Bolígrafos y folios - Aula con mesas y sillas		- Enfermera	
CONTENIDOS	- Introducción a los primeros auxilios. - Normas principales de primeros auxilios. Regla PAS. - Soporte vital básico y reanimación cardiopulmonar. - Actuación ante una obstrucción de vía aérea. - Actuación básica ante heridas.			

Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 3. ALIMENTACIÓN Y HÁBITOS SALUDABLES PARA LA PREVENCIÓN DE ENFERMEDADES.				
CURSO	4A	4B	4C	4D
FECHA	3ª semana noviembre			
DURACIÓN	2 Horas			
DÍA	Martes	Martes	Jueves	Jueves
HORA	9 a 11 horas	11 a 13 horas	9 a 11 horas	11 a 13 horas
LUGAR	AULA ASIGNADA I.E.S. ELAIOS			
DIRIGIDO A	ALUMNADO DE 4º ESO, EQUIPO DOCENTE Y PADRES/MADRES			
RECURSOS	MATERIALES		HUMANOS	
	- Ordenador - Pantalla y proyector - Bolígrafos y folios - Aula con mesas y sillas		- Enfermera	
CONTENIDOS	- Introducción a una alimentación saludable. - Pirámide alimentaria para la prevención de enfermedades. - Promoción de hábitos de vida saludables: ejercicio, sueño y descanso.			

Fuente: Elaboración propia.

SESIÓN 4. ENFERMEDADES CRÓNICAS Y NECESIDADES ESPECIALES.				
CURSO	4A	4B	4C	4D
FECHA	3ª semana noviembre			
DURACIÓN	2 Horas			
DÍA	Martes	Martes	Jueves	Jueves
HORA	9 a 11 horas	11 a 13 horas	9 a 11 horas	11 a 13 horas
LUGAR	AULA ASIGNADA I.E.S. ELAIOS			
DIRIGIDO A	ALUMNADO DE 4º ESO, EQUIPO DOCENTE Y PADRES/MADRES			
RECURSOS	MATERIALES		HUMANOS	
	<ul style="list-style-type: none">- Ordenador- Pantalla y proyector- Cuestionario- Encuesta- Bolígrafos y folios- Aula con mesas y sillas		<ul style="list-style-type: none">- Enfermera	
CONTENIDOS	<ul style="list-style-type: none">- Enfermedades crónicas más comunes en los adolescentes.- Necesidades especiales en los centros educativos.			

Fuente: Elaboración propia.

Al finalizar, todos los asistentes podrán preguntar las dudas necesarias o si desean dar su opinión sobre algún aspecto.

En la última sesión se entregará un cuestionario de evaluación, para así poder valorar los contenidos adquiridos y si ha resultado útil la realización del programa de salud. (Anexo 8)

También se realizará una encuesta de satisfacción a los padres. (Anexo 9)

6. EVALUACIÓN DEL PROGRAMA

Para realizar la evaluación del programa de salud, es necesario comprobar las respuestas de los cuestionarios que realizarán en la primera y última sesión los alumnos sobre los conceptos más importantes. Así, se podrán observar los conocimientos que tienen los alumnos antes de impartir las sesiones educativas.

En la última sesión, se entrega el cuestionario de evaluación, con el que podremos valorar los conocimientos adquiridos, y así valorar si las sesiones han resultado efectivas y se han cumplido los objetivos que nos planteábamos con la realización de este programa de salud y la posibilidad de aportar nuevas ideas.

Por otro lado, los padres realizarán una encuesta de satisfacción la cual nos facilitará la información necesaria para valorar si el programa es útil y aporta nuevos conocimientos. Así como para valorar la necesidad de que exista una enfermera en los centros educativos, según el punto de vista de los padres/madres que asisten a las sesiones.

7. CONCLUSIONES

- La Enfermera Escolar es la figura idónea para la promoción de la salud de los adolescentes.
- En España, la existencia de la figura de enfermera escolar en centros educativos es aislada. Se cubren las necesidades con las enfermeras comunitarias del centro de salud y con programas de salud.
- El programa de salud proporciona a los alumnos y padres los conocimientos necesarios para conocer las actividades que realiza la enfermera escolar y cuando deben acudir a ella.
- La persona idónea para impartir educación sanitaria, realizar cuidados y seguimiento de alumnos con enfermedades crónicas es una enfermera escolar.
- La enfermera escolar es una necesidad en los centros educativos, ya que mejora la calidad de vida, así como el rendimiento escolar de los adolescentes.

8. BIBLIOGRAFÍA

1. Luna Victoria FM, Bustamante Edquen S, Leitón Espinoza ZE, Santillán Salazar R. Competencias de la enfermera en instituciones educativas: una mirada desde los gestores educativos. Rev Gaúcha Enferm. [Internet]. 2018 [citado 1 de noviembre de 2020]; 39: e2017-0152. Disponible en: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472018000100432&script=sci_abstract&tlng=es
2. Martínez Santos AE, Tizón Bouza E, Fernández Morante C, Casal Otero L, Cebreiro B. La enfermería escolar: contenidos y percepciones sobre su pertinencia en las escuelas inclusivas. Enferm. glob. [Internet]. 2019 [citado 3 de noviembre de 2020]; 18(56): 298-304. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412019000400011
3. Herrera Librero C, de Diego Cordero R. Importancia de la enfermería escolar en España. Rev Paraninfo Digital. [Internet]. 2015 [citado 6 de noviembre de 2020]; 22:3-4. Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n22/pdf/158.pdf>
4. Encinar Casado A. Enfermería escolar, la situación hoy en día. Rev. enferm. CyL [Internet]. 2015 [citado 6 de noviembre de 2020]; 7(1): 56-61. Disponible en: <http://www.revistaenfermeriacyl.com/index.php/revistaenfermeriacyl/art%20icle/view/144>
5. Álvarez Terán R, Eguilaz Fanlo M, Miguel Moreno S. La enfermería escolar: un recurso necesario para la comunidad educativa. Contextos Educativos Revista de Educación [Internet]. 2018 [citado 10 de diciembre 2020]; (22):165-180. Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6524989>
6. Corral Rodríguez, O. *La Enfermería Escolar: Rol, funciones, y efectividad como promotora de la salud* [trabajo fin al de grado en Internet]. [Santander]:Escuela Universitaria de Cantabria, 2016 [citado 12 de diciembre de 2020]. Disponible en: <https://repositorio.unican.es/xmlui/handle/10902/8918>
7. Mohammed Yasin H, Isla Pera P, López Matheu C, Juvé Unida ME. El papel de los enfermeros escolares. Rev Rol Enferm [Internet]. 2017 [citado 10 de diciembre de 2020]; 40(2): 102-109. Disponible en: http://acise.cat/wp-content/uploads/2017/03/22_Elpapel.pdf
8. Martínez Molina EM, Molina Martínez IM, Torres Amengual M. Importancia de la enfermera escolar. Rev paraninfo digital [Internet]. 2015 [acceso 14 de diciembre de del 2020]; (22). Disponible en: <http://www.index-f.com/para/n22/482.php>

9. Kocoglu D, Emiroglu ON. The Impact of Comprehensive School Nursing Services on Students' Academic Performance. J Caring Sci [Internet]. 2017 [citado 16 de diciembre de 2020]; 6(1):5-17. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28299293/>
10. López Langa N. La presencia de enfermeras escolares no debería ser privativa de un tipo concreto de colegios. Diario Dicen [Internet]. 2016 [citado 19 de diciembre de 2020]. Disponible en: <https://www.enfermeria21.com/diario-dicen/la-presencia-de-enfermeras-escolares-no-deberia-ser-privativa-de-un-tipo-concreto-de-colegios-DDIMPORT-041310/#:~:text=Respuesta%2D-,La%20presencia%20de>
11. León Bonfil J, Cerdán Escobar M, Martín Esteve N, del Fresno Guervara J, Jiménez Martín M, Manero Ansón Y. Historia de la enfermería escolar y situación actual en España. Rev Médica Electrónica Portales Médicos [Internet]. 2019 [citado 22 de diciembre de 2020];. Disponible en: <https://www.revista-portalesmedicos.com/revista-medica/historia-de-la-enfermeria-escolar-y-situacion-actual-en-espana/>
12. Guillén Martínez D. Enfermería en la Comunidad Escolar: Una Aproximación Evaluativa en la Educación para la Salud en la Infancia [tesis doctoral en Internet]. [Murcia]: Universidad Católica de Murcia; 2017 [citado 8 de febrero de 2021]. Disponible en: <http://repositorio.ucam.edu/handle/10952/2438>
13. OMS [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2018 [citado 5 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/
14. Salmerón Ruiz M.A, Casas Rivero J, Guerrero Alzola F. Problemas de salud en la adolescencia. Patología crónica y transición. Pediatr Integral [Internet]. 2017 [citado 20 de enero de 2021]; 21(4): 245–253. Disponible en: <https://www.pediatrintegral.es/publicacion-2017-06/problemas-de-salud-en-la-adolescencia-patologia-cronica-y-transicion/>
15. Leroy ZC, Wallin R, Lee S. The Role of School Health Services in Addressing the Needs of Students With Chronic Health Conditions: A Systematic Review. J Sch Nurs [Internet]. 2017 [citado 1 Abril 2021]; 33 (1): 64–72. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/1059840516678909>
16. Lima-Serrano M, Lima-Rodríguez JS. Efecto de la estrategia de promoción de salud escolar Forma Joven. Gac Sanit.[Internet]. 2019 [citado 31 de marzo de 2021]; 33 (1): 74–81. Disponible en: https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S0213-91112019000100013

17. Fernández Ruanova S. Solo el 10 % de la población tiene conocimientos en primeros auxilios. [Internet] La Voz de Galicia; 2016 [citado 10 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/santiago/padron/2016/03/17/formador-area-sanitaria-imparte-cursos-primeros-auxilios-cruz-roja-santiago-solo-10-poblacion-conocimientos-primeros-auxilios/0003_201603S17C12991.htm#:~:text=Pero%20la%20situaci%C3%B3n%20a%C3%BAn%20puede,ayudarle%20no%20es%20muy%20alta%C2%BB.
18. Alba Martín R. Educación para la salud en primeros auxilios dirigida al personal docente del ámbito escolar. Enfermería Universitaria [Internet]. 2015 [citado 10 de abril de 2021];12(2):88-92. Disponible en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/eu/v12n2/1665-7063-eu-12-02-00088.pdf>
19. Dirección General de Función Pública [Internet]. Junta de Extremadura: Consejería de Hacienda y Administración Pública [citado 15 de abril de 2021]. Guía Primeros Auxilios. Disponible en: <http://ssprl.gobex.es/ssprl/web/guest/guia-primeros-auxilios>
20. Cúneo F, Maidana TE. Propuesta y aplicación de un índice de calidad y protección de la alimentación en adolescentes urbanos. Diaeta [Internet]. 2015 [citado 4 de marzo de 2021];32(149):14-22. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-746702>
21. Cruz Bello P, Martínez Garduño MD, Olivos Rubio M, Jiménez Vargas D, De la Cruz Martínez A. Mejora del conocimiento y conducta alimentaria de los adolescentes con una intervención educativa basada en orientación alimentaria. Rev enferm Inst Mex Seguro Soc [Internet]. 2018 [citado 10 de marzo de 2021]; 26(4):248-55. Disponible en: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/es/biblio-979919>
22. Soteras A. ¿Qué pasos debo seguir de la pirámide alimentaria para estar sano? Efesalud.com [Internet]. 2017 [citado el 10 de abril de 2021]. Disponible en: <https://www.efesalud.com/estilos-de-vida-saludable-nuevas-recomendaciones-de-la-piramide-nutricional-senc-2015/>
23. Martil Marcos, DM, Calderón García S, Carmona Sánchez A, Brito Brito PR. Efectividad de una intervención enfermera comunitaria en el ámbito escolar para la mejora de hábitos alimentarios, sueño y descanso. Ene [Internet]. 2019 [citado 12 de abril de 2021]; 13(2): 20-33. Disponible en: <https://scielo.isciii.es/pdf/ene/v13n2/1988-348X-ene-13-02-e1322.pdf>

24. Ortega Anta R.M, López Sobaler A.M, Aparicio Vizuite A, González Rodríguez LG, Navia Lombán B, Perea Sánchez J.M. Estudio ALADINO. Estudio de Vigilancia del Crecimiento, Alimentación, Actividad Física, Desarrollo Infantil y Obesidad en España. [Internet]. Madrid: Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Agencia Española de Consumo, Seguridad Alimentaria y Nutrición; 2016 [citado 13 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.aesan.gob.es/AECOSAN/docs/documentos/nutricion/observatorio/Estudio_ALADINO_2015.pdf
25. OMS [Internet]. Organización Mundial de la Salud. 2018 [citado 12 de abril de 2021]. Disponible en: https://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_recommendations/es/
26. Asociación Española de Pediatría [Internet]. España: Asociación Española de Pediatría [citado 14 de abril de 2021]. Sueño en los adolescentes. Disponible en: <https://enfamilia.aeped.es/vida-sana/sueno-en-adolescentes>
27. Merino Andréu M, Álvarez Ruiz de Larrinaga A, Madrid Pérez JA, Martínez Martínez MA, Puertas Cuesta FJ, Asencio Guerra A et al. Sueño saludable: evidencias y guías de actuación. Documento oficial de la Sociedad Española de Sueño. Rev Neurol [Internet] 2016 [citado 16 de abril de 2021]; 63(S2): S1-S27. Disponible en: <https://ses.org.es/docs/rev-neurologia2016.pdf>
28. Zapolski TCB, Smith GT. Pilot study: Implementing a brief DBT skills program in schools to reduce health risk behaviors among early adolescents. J Sch Nurs [Internet]. 2017 [citado 17 de abril de 2021]; 33(3): 198–204. Disponible en: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6263959/>
29. Holmström MR, Häggström M, Söderberg S. Being Facilitators in a Challenging Context-School Personnel's Experiences of Caring for Youth with Diabetes Type 1. Journal of Pediatric Nursing [Internet]. 2018 [citado 14 de abril de 2021]; 43: 114-119. Disponible en: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/30100521/#:~:text=Results%3A%20School%20personnel%20experienced%20caring,and%20dealing%20-with%20unclear%20responsibility.>
30. Cantero Rodríguez S. El rol de la enfermera escolar. Programa de educación para la salud [trabajo final de grado en Internet]. [Zaragoza]: Facultad de Ciencias de la Salud Universidad de Zaragoza, 2019 [citado 8 de abril de 2021]. Disponible en: <https://zagan.unizar.es/record/89028?ln=es>
31. Rodríguez Betancort J. La enfermera en los centros escolares [trabajo final de grado en Internet]. [Tenerife]: Universidad de La Laguna, 2019 [citado 20 de diciem-

bre de 2020]. Disponible en: <https://riull.ull.es/xmlui/bitstream/handle/915/15154/La%20enfermera%20en%20los%20centros%20escolares..pdf?sequence=1>

9. ANEXOS

Anexo 1. Consentimiento informado. Importancia de la enfermera escolar.

Explicación del proyecto: El programa de salud consta de cuatro sesiones educativas sobre la importancia de la enfermera escolar y sus funciones.

Objetivos del programa:

- Educación sanitaria a los alumnos.
- Promover hábitos de vida saludables.
- Atender las necesidades de alumnos y padres.
- Promover un ambiente escolar seguro.
- Sensibilizar a los alumnos y padres sobre la importancia de la enfermera escolar.
- Normalizar la vida de los alumnos con necesidades especiales y enfermedades crónicas.

Persona responsable del programa: Laura Alcaine Gonzalvo (enfermera)

Teléfono de contacto: 629435467

E-mail de contacto: lauraenfermeriaescolar@salud.es

Los padres/madres interesados en acudir a las sesiones educativas deben notificarlo a través del correo electrónico.

Cabe destacar la voluntariedad de participación en el programa así como la reversibilidad del consentimiento.

D/Dña.....con DNI.....
autorizo a.....
alumno/a de 4º ESO del IES Elaios a participar en el Programa de Educación para la salud sobre la importancia de la enfermera escolar, así como de recibir la información de las sesiones impartidas por la enfermera.

En Zaragoza, a dede 2021.

Firma madre/padre/tutor legal.

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 2. Folleto informativo del programa de salud.

IMPORTANCIA DE LA ENFERMERA ESCOLAR

PROGRAMA DE EDUCACIÓN

Este curso comenzamos con un nuevo proyecto de Enfermería Escolar.



EL PROYECTO.

Este proyecto de Enfermería Escolar será impartido por una enfermera que acudirá al IES Elaios de Zaragoza.

Va dirigido a docentes y directivos, alumnos, así como para los padres que estén interesados en acudir a las sesiones.

Se pretende que la enfermera trabaje junto al equipo docente, con el objetivo principal de justificar la necesidad de la figura escolar, fomentar hábitos de vida saludables, así como normalizar la vida de los alumnos con necesidades especiales y enfermedades crónicas.

OBJETIVOS.

- Educación sanitaria a los alumnos.
- Promover hábitos de vida saludables.
- Atender las necesidades de alumnos y padres.
- Promover un ambiente escolar seguro.
- Conocer la figura de enfermera y sus intervenciones más relevantes.
- Sensibilizar a los alumnos y padres sobre la importancia de la enfermera escolar.

Las sesiones educativas se realizarán en las horas de tutoría asignadas para cada curso, desde la 3ª semana de noviembre hasta la 2ª semana de diciembre.

4ºESO A: Martes de 9 a 11 horas.

4ºESO B: Martes de 11 a 13 horas.

4ºESO C: Jueves de 9 a 11 horas.

4ºESO D: Jueves de 11 a 13 horas.

SESIONES EDUCATIVAS.

- Introducción. Necesidad de enfermera escolar en un centro educativo. Intervenciones de enfermería.
- Primeros auxilios.
- Alimentación y hábitos saludables para la prevención de obesidad y otras enfermedades.
- Enfermedades crónicas y necesidades especiales.



PARA MAYOR SEGURIDAD Y EFICACIA, CUENTA CON LA ENFERMERA ESCOLAR.

Plazo final de entrega de autorización y solicitud de padres: viernes de la segunda semana de noviembre.

Correo para solicitudes de padres: lauraenfermeriaescolar@salud.es

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 3. Cuestionario previo a las sesiones.

1.Nombre del centro educativo:

2.Curso:

3.Sexo: Masculino Femenino

4. ¿Cómo definirías la enfermera escolar?

5. En tu centro, ¿existen alumnos con alguna enfermedad o discapacidad?

Si

No

No lo sé

6.¿Qué patologías identificarías como las más comunes en la adolescencia?

- Obesidad

- Adicciones (tabaco, alcohol, drogas)

- Tumores

- Diabetes

- Problemas de comportamiento

- Accidentes

- Parálisis cerebral

- Hipertensión arterial

7. ¿Cuáles son las funciones más importantes de la enfermera escolar?

8. ¿Que enfermedades necesitarían, bajo tu punto de vista una enfermera escolar?

9. ¿Crees que la enfermera escolar es importante para la administración de medicación en alumnos con patologías crónicas?

Si

No

No es necesaria una enfermera

10. ¿Crees que es importante la formación de alumnos y profesores sobre primeros auxilios? Justifica tu respuesta.

Si

No

11. ¿Crees que la enfermera escolar es la persona indicada para promocionar hábitos de vida saludables?

Si

No

No lo sé

12. Una de las funciones de la enfermera escolar es la de impartir programas de educación sanitaria en los alumnos, ¿piensas que son necesarios y de utilidad?

Si

No

No lo sé

13. Si existiera una enfermera escolar en tu centro, ¿te sentirías más seguro/a?

Si

No

No lo sé

Fuente: Elaboración propia.

Anexo 4. Sesión 1. Introducción a la enfermera escolar.

Duración: 2 horas.

Contenidos:

- ¿Qué es la enfermera escolar?

La enfermera escolar se define como aquel profesional que dentro del ámbito escolar tiene la responsabilidad de ofrecer los cuidados necesarios personalizados a cada individuo para permitir aumentar la capacidad del individuo y así prevenir, detectar o tratar los problemas existentes (2).

La enfermera en los centros educativos trabaja junto con los docentes, para así normalizar la vida del adolescente con problemas y para fomentar hábitos de vida saludables para toda la comunidad educativa. (10)

Según AMECE (Asociación Madrileña de Enfermería en el Ámbito Educativo), la Enfermera Escolar debe tener los conocimientos y está íntimamente relacionada con la especialidad de Enfermería Familiar y Comunitaria, Enfermería pediátrica y Enfermería en Salud Mental. (10)

- Antecedentes y situación hoy en día.

La enfermería escolar tiene su origen en Londres, en 1891 en el "Congreso de Higiene y Demografía", al ver los beneficios de las visitas de enfermería para la revisión de los alumnos. (1)

En 1897 se fundó "The London School Nurses Society" y tras comprobar que la salud de los escolares mejoraba, se decidió crear puestos de enfermeras a tiempo completo. (4)

A principios de siglo XX se fundó el Cuerpo de Auxiliares Sanitarias Femeninas de Medicina e Higiene Escolar, las cuales realizaban el examen sanitario de los alumnos. La Organización Mundial de la Salud (OMS), en 1959 publicó el libro Planificación de la educación sanitaria en las escuelas. (11)

Hoy en día, la enfermería escolar está regulada uniformemente en diferentes países como Estados Unidos, Londres, Francia, Escocia y Suecia (4).

En España, la existencia de esta figura en centros educativos es aislada. Existe principalmente en los centros privados, concertados y en colegios de educación especial.(2)

En la enseñanza pública, la figura de la enfermera escolar generalmente se cubre por las enfermeras comunitarias del centro de salud y con los programas de salud escolar (4).

La Ley de Salud Escolar de Aragón de 1986, trata de promover la salud escolar citando que la educación para la salud es fundamental para la promoción de la salud. (11)

En resumen, con la existencia de la figura de la enfermera escolar en los centros educativos existen experiencias beneficiosas ya que mejora la calidad de vida y el rendimiento escolar, pero continúa siendo una figura no reconocida como para ser implantada en todo el país, por lo que es necesario seguir realizando estudios y demostrar la eficacia y las ventajas de la existencia de una enfermera escolar como promotora de salud. (12)

- **Problemas más habituales en la adolescencia.**

Para comenzar, vamos a definir la palabra adolescencia. Según la OMS, "adolescencia" es el periodo de crecimiento y desarrollo humano producido entre los 10 y los 19 años. Es una etapa de transición muy importante, ya que existen múltiples cambios y un ritmo de crecimiento acelerado. (13)

La adolescencia tiene una importancia vital, ya que el individuo se desarrolla en el aspecto físico, psíquico, social y emocional. En esta etapa se produce la estructuración de la personalidad del individuo. En muchos casos, existen problemas que interfieren para alcanzar una vida adulta plena, por lo que la Enfermera Escolar es la persona adecuada para indagar sobre los posibles problemas de salud de los alumnos y promover buenos hábitos para conseguir las metas. (14)

Los problemas más habituales en la adolescencia son los siguientes: (14)

- Trastornos de la conducta alimentaria (TCA): anorexia, bulimia.
- Obesidad
- Sedentarismo
- Problemas de salud mental: esquizofrenia, trastorno bipolar, etc.
- Acoso escolar
- Enfermedades de transmisión sexual (ETS)
- Consumo de sustancias nocivas: tabaco, alcohol y/o drogas.
- Accidentes

Es importante saber, que la mayoría de estos problemas se pueden evitar, realizando una buena educación sanitaria y promoción de hábitos de vida saludables.

- **Funciones de enfermería en el ámbito escolar.**

Las funciones de la enfermería escolar son semejantes a las que realizan las enfermeras de Atención Primaria, pero en este caso, las actividades están centradas en los alumnos y los padres.

Tienen cuatro funciones principales: función asistencial, docente, investigadora y gestora. (6)

- Función asistencial:

- Planificar planes de cuidados individualizados para los alumnos.
- Identificar los posibles problemas de forma precoz indagando sobre sus causas, ejecutar un plan de cuidados y después evaluar los resultados.
- Actuar ante emergencias durante el horario escolar.
- Participar para la elaboración de una dieta saludable para prevenir diversas enfermedades.
- Llevar el control y seguimiento de los alumnos que padecen enfermedades crónicas.
- Administración de medicación en alumnos que lo requieran.
- Diseñar protocolos específicos de actuación ante emergencias.

- Función docente:

- Programas de educación para la salud (EpS) para la promoción de hábitos saludables y prevención de enfermedades.

- Función investigadora:

- Estudios específicos para profundizar los conocimientos enfermeros.
- Evaluaciones continuas de los resultados y de los objetivos que nos proponemos.
- Enfermería es una profesión que está en constante evolución, por lo tanto, se necesita estar actualizado sobre nuevos conceptos y estar dispuesto a ampliar los conocimientos para poder ofrecer los mejores cuidados.

- Función gestora:

- La enfermera escolar debe de estar en contacto con las diferentes instituciones sanitarias (centros de salud, hospitales) y con equipo multidisciplinar.
- Tiene que ser capaz de controlar los recursos sanitarios necesarios para la práctica enfermera.
- Es importante el registro de todas las actividades realizadas en la escuela.

Anexo 5. Sesión 2. Primeros auxilios, salvar vidas.

Duración: 2 horas.

Contenidos:

- Introducción a los primeros auxilios.

La formación en primeros auxilios es necesaria y básica para todos los individuos.

Según Fernández Ruanova, S. formador del área sanitaria y monitor en Soporte Vital Básico y Desfibrilación Semiautomática afirma que solamente un 10% de la población tiene conocimientos de primeros auxilios, por lo que es probable que ante una situación de emergencia, seguramente nadie podría ayudar. (17)

El centro escolar es un lugar común donde suceden situaciones que pueden requerir personal cualificado y entrenado, ya que se producen accidentes con elevada frecuencia. El personal docente carece de los conocimientos necesarios para afrontar muchas situaciones. (18)

La educación sobre principios básicos de primeros auxilios está muy relacionada y es de gran importancia en la morbilidad y mortalidad de las enfermedades no transmisibles.

Es necesario tener un botiquín adecuado y planes de evacuación para emergencias.

Los accidentes más comunes en un centro educativo son: (18)

- Caídas
- Choques y colisiones
- Cortes
- Quemaduras
- Pinchazos
- Heridas
- Hemorragias
- Atragantamientos
- Daños musculares

- Normas principales de primeros auxilios. Regla PAS. (19)

Proteger el lugar de los hechos:

Es importante protegernos y proteger al accidentado.

Es primordial la seguridad, señalizando o retirando los posibles peligros.

Avisar a los servicios de socorro: 112.

Es necesario dar información sobre el lugar, tipo de accidente, número de heridos y situación de los accidentados.

Socorrer: ejecutar los conocimientos.

Actuar lo más precoz posible, lo principal es salvar la vida y en segundo lugar evitar que las lesiones se agraven.

Si no se conocen las técnicas de movilización, es preferible esperar a los servicios sanitarios y no movilizar.

Organización: en ocasiones es necesario dar instrucciones y alejar a personas que no van a aplicar ningún conocimiento, ya que solamente están por curiosidad.

- Soporte vital básico (SVB) y reanimación cardiopulmonar (RCP básica) (19)

Para comenzar, vamos a definir SVB, son las intervenciones realizadas por cualquier persona sin dispositivos especiales para prevenir situaciones que puedan acabar en una parada cardiorespiratoria (PCR), conocer como actuar ante emergencias y ejecutar las técnicas de RCP.

Cuando la respiración y la circulación de un individuo cesa de forma brusca e inesperada, se dice que esta en PCR.

En esta situación, las células dejan de recibir oxígeno y alimento, por lo tanto si se prolonga en el tiempo durante algunos minutos, el individuo puede morir si no se reacciona de forma precoz.

La RCP básica puede ser realizada por cualquier persona entrenada, ya que no necesita ningún aparato especial. Mediante la técnica conocida como "boca a boca", bien realizada sustituye la falta de respiración del individuo y mediante las compresiones torácicas sustituye la falta de latido cardíaco.

Ante una PCR:

1. Proteger

2. Valorar el estado de conciencia.

A. Consciente: Evaluación primaria (valorar estado de conciencia y la respiración) y secundaria (exploración más detallada).

B. Inconsciente: no responde. Pedir ayuda para que llamen al 112.

Si la víctima esta **inconsciente** será necesario:

1. Abrir la vía aérea y valorar la respiración. Extensión del cuello hacia atrás realizando la maniobra frente-mentón (consiste en colocar una mano en la frente del individuo y dos dedos de la otra mano en la barbilla para realizar la extensión máxima del cuello).
2. Comprobar si respira. Es necesario sentir y escuchar, a la vez que observamos el tórax para ver si hay movimientos respiratorios. No utilizar más de 10 segundos para realizar esta técnica.
 - Respira: Evaluación primaria y secundaria y si es posible colocar en PLS.
 - No respira.
3. No respira: Pedir ayuda, si está solo llamar al 112 y si no pedir a alguien que llame mientras se inicia la RCP.
4. Iniciar RCP:
Se realizan 30 compresiones torácicas combinadas con 2 ventilaciones de rescate.

Compresiones:

- Persona afectada sobre un plano duro.
- Colocarse de rodillas a la altura de los hombros del afectado.
- Se coloca el talón de una mano en el centro del pecho y el talón de la otra por encima entrelazando los dedos.
- Es necesario colocarse de forma vertical sobre el pecho del accidentado, con los brazos rectos para tener la fuerza necesaria para comprimir el pecho de 4 a 5 centímetros.
- Repetir las compresiones a un ritmo de 100 por minuto.

Ventilaciones:

- Realizar maniobra frente-mentón y pinzando la nariz con el índice y pulgar, insuflar de manera firme el aire en la boca del individuo comprobando que el pecho se eleva.
- Una vez que te retiras, comprobar como el pecho desciende.
- Es necesario aplicar 2 ventilaciones.
- Si con la primera ventilación no se consigue elevar el pecho, es importante valorar la posible obstrucción de la boca por algún cuerpo extraño.

Es necesario seguir con el masaje de forma ininterrumpida a un ritmo de 30:2 hasta que llegue la ayuda cualificada.

Si hay más de un reanimador, es aconsejable turnarse para evitar el cansancio.

- **Actuación ante una obstrucción de vía aérea:** (19)

La obstrucción de las vías respiratorias es una urgencia vital si no se actúa de forma inmediata. La obstrucción puede ser completa e incompleta.

Las causas más frecuentes de obstrucción pueden ser:

- Individuos conscientes: atragantamiento con alimentos o el paso de cuerpos extraños como prótesis dentales, vómito, etc.
- Individuos inconscientes: la causa más frecuente es la caída de la lengua hacia atrás.

En individuos conscientes:

- Obstrucción incompleta: animar a toser con fuerza con el objetivo de eliminar el cuerpo extraño.
- Si esto no es posible, dar de forma seca y seguida 5 golpes entre los omóplatos con el tronco inclinado hacia delante sujetándole el pecho con una mano, mientras que se golpea con la otra.
- Si aún así no se resuelve el problema, es necesario realizar compresiones abdominales, la conocida Maniobra de Heimlich.
- La Maniobra de Heimlich consiste en abrazar al individuo desde atrás, colocando nuestras manos cruzadas en la boca del estómago de la persona afectada, con el individuo flexionado hacia delante. Será necesario realizar 5 compresiones o hasta que expulse el objeto. Las compresiones se realizan de delante a atrás y de abajo a arriba.
- Si no se resuelve el problema, será necesario alternar los 5 golpes en la espalda con 5 compresiones abdominales hasta que se solucione el problema.

En individuos inconscientes:

- Si se prologa y provoca la pérdida de conocimiento, será necesario, colocar con cuidado al individuo, llamar al 112, realizar la maniobra frente-mentón y observar si el objeto es visible, si es así extraer con los dedos en forma de "gancho".
- Iniciar RCP combinando compresiones con ventilaciones a un ritmo de 30:2.
- En este caso, sería conveniente mantener la cabeza ladeada mientras se realizan las compresiones, por si se expulsa el objeto causante del atragantamiento.

- **Actuación básica ante heridas:** (19)

- 1.Lavado de manos.
- 2.Colocación de guantes.
- 3.Limpiar con abundante agua y jabón.
- 4.Secar minuciosamente con una gasa (siempre desde el interior de la herida hacia el exterior).
- 5.Desinfectar con antiséptico.
- 6.Tapar la herida.
- 7.Informar sobre la vacunación antitetánica según el aspecto de la herida y el objeto causante.
- 8.Si es una herida profunda, solicitar valoración médica.
- 9.Quitar guantes y lavado higiénico de manos.

No se debe realizar:

- 1.Manipulaciones no necesarias y sin conocimientos adecuados.
- 2.Utilizar algodones ni pomadas en heridas abiertas.
- 3.Limpiar la herida con objetos sucios (evitar infecciones).

Anexo 6: Sesión 3. Alimentación y hábitos saludables para la prevención de enfermedades.

Duración: 2 horas.

Contenidos:

- Introducción a una alimentación saludable.

Es importante tener unos buenos hábitos alimentarios desde la infancia, ya que en un futuro tendrán gran significado para la salud.

La forma de alimentarse está muy relacionada con el desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT). (20)

Principalmente la obesidad y el sobrepeso, que sumados a la falta de ejercicio y el consumo anticipado de alcohol y tabaco, suponen un riesgo importante para padecer este tipo de enfermedades. (21)

En la adolescencia existen generalmente conductas alimentarias de riesgo por el aumento del consumo de grasas, hidratos de carbono refinados y aumento de sodio principalmente por la gran ingesta de alimentos procesados, lo que conlleva la disminución de frutas y verduras. (20)

También pueden desencadenar otras enfermedades como desnutrición o trastornos de la conducta alimentaria (TCA). (21)

La enfermera escolar tiene los conocimientos necesarios para orientar a los alumnos a realizar una alimentación saludable, ya que tiene un efecto positivo en su salud.

En esta edad, la imagen corporal puede afectar significativamente y generar respuestas emocionales muy complejas, por lo que la educación sanitaria debe ser primordial para evitar futuros problemas relacionados con una incorrecta alimentación.

- Pirámide alimentaria para la prevención de enfermedades. (22)

La dieta mediterránea es el patrón alimenticio más adecuado. En la dieta es importante la variedad y la moderación en la cantidad, así como valorar la información del etiquetado nutricional y el método utilizado para cocinar los alimentos.

El método más recomendado es el cocinado al vapor, ya que se considera la técnica más saludable.

La base de la pirámide está constituida por actividades relacionadas con estilos de vida saludables, como la actividad física, equilibrio emocional, balance energético, técnicas culinarias saludables y la ingesta adecuada de agua.

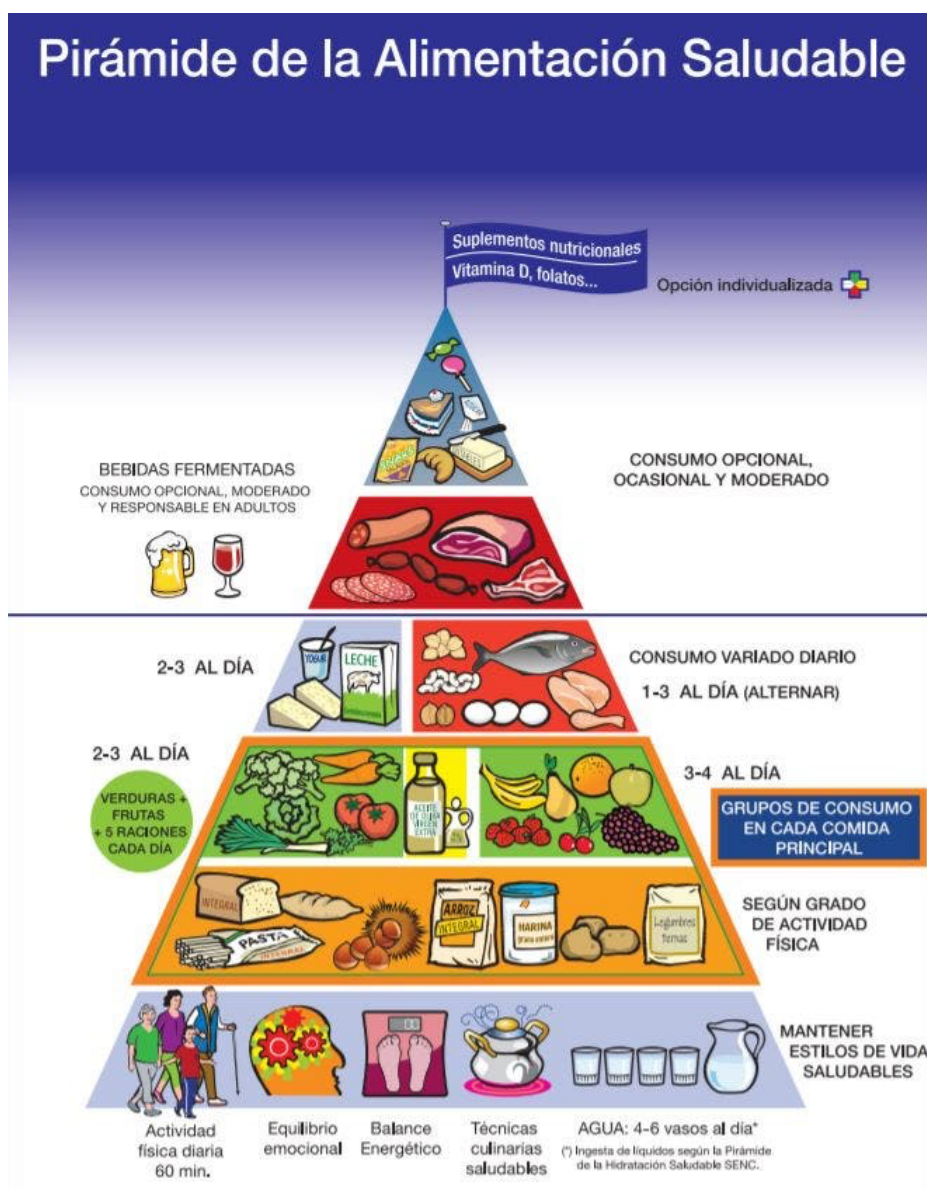
En la parte intermedia de la pirámide indica los alimentos que se deben consumir diariamente, ya que son la base de la dieta mediterránea. Destacan los hidratos de carbono (legumbre, pasta, pan, arroz...) así como las frutas, verduras y hortalizas. Se recomienda utilizar aceite de oliva virgen extra.

Por encima de esta, se encuentran los lácteos (evitar leche entera), alternando con carnes blancas (pollo, pavo), pescados, huevos y los frutos secos.

Para finalizar, en la cima de la pirámide nos encontramos con alimentos que sería conveniente consumir ocasionalmente, en la que destacan las carnes rojas, embutidos y procesados. Sobre todo, consumir lo menos posible alimentos ricos en azúcar, sal y grasas.

Si se consumen suplementos nutricionales es necesario el asesoramiento de un profesional.

Tabla 3: Pirámide de alimentación saludable.



Fuente: Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC). (22)

- Promoción de hábitos de vida saludables: alimentación, ejercicio, sueño y descanso.

Las intervenciones enfermeras educativas influyen de forma satisfactoria para la obtención de hábitos de vida saludables.

Según un estudio realizado en Tenerife por enfermeras de Atención Primaria en el ámbito escolar, en el que participaron 150 alumnos de diferentes colegios, se observaron problemas relacionados con un estilo de vida sedentario y deterioro en el patrón del sueño. Por lo que se considera de especial importancia la intervención de la enfermera escolar para mejorar estos problemas desde la infancia. (23)

Existe estrecha relación entre la ingesta excesiva o alteración de la distribución calórica y el gasto calórico diario, para el desarrollo de obesidad.

La vida sedentaria asociada a una ingesta inadecuada y la falta de sueño y descanso están relacionadas directamente con el desarrollo de obesidad.

La obesidad está ligada a otras enfermedades como diabetes e hipertensión arterial.

La alimentación, la vida sedentaria y el patrón ineficaz de sueño están estrechamente relacionados ya que, si no existe una ingesta adecuada el cuerpo no tiene los nutrientes necesarios para llevar una vida activa. Al no descansar, el cuerpo no tiene energía para realizar actividades, por lo que se tiene una vida sedentaria. (24)

Como ya hemos descrito anteriormente las recomendaciones sobre alimentación, nos centraremos en las relacionadas con el ejercicio y el patrón del sueño.

Actividad física:

Según las recomendaciones de la OMS, para los jóvenes de 5 a 17 años es necesario realizar como mínimo 60 minutos al día con una intensidad moderada. La mayor parte de la actividad tendría que ser aeróbica. Tiene como objetivo mejorar las funciones cardiorrespiratorias, musculares y óseas, así como la reducción de enfermedades no transmisibles. (25)

Patrón de sueño y descanso:

En la adolescencia existen una serie de cambios no solamente físicos, sino psíquicos, emocionales y sociales los cuales pueden estar muy relacionados con un patrón ineficaz de sueño. Lo que puede influir negativamente en el desarrollo y crecimiento, rendimiento académico y en las relaciones sociales.

Es importante que conozcan que unos buenos hábitos son la base para un buen desarrollo físico y mental.

Lo recomendable es tener siempre unos hábitos de sueño para todos los días de la semana, ya que normalmente compensan las horas de sueño acumulado los fines de semana. (26)

Según la Revista de Neurología de Unidad multidisciplinar de Trastornos del Sueño de Santaner, recomienda para los adolescentes de 14 a 17 años, el descanso diario de 8-10 horas ya que un sueño ineficaz a esta edad puede provocar diferentes problemas principalmente depresión, obesidad, accidentes, bajo nivel de alerta y por lo tanto, disminución en el rendimiento escolar. (27)

Hábitos de sueño en la adolescencia: (26)

- Evitar bebidas estimulantes o chocolate.
- Realizar ejercicio físico regularmente.
- Evitar pantallas (móviles, ordenadores, televisión) ya que son una barrera para la conciliación del sueño.
- Si se tiene el hábito de dormir siesta, deben ser cortas.
- El tabaco, alcohol y drogas interfieren en la conciliación del sueño.
- Ambiente favorable (luz, temperatura).
- Técnicas de relajación, así como expresión de sus inquietudes y emociones.

Anexo 7. Sesión 4. Enfermedades crónicas y necesidades especiales.

Duración: 2 horas.

Contenidos:

- Enfermedades crónicas más comunes en los adolescentes.

Entre el 10 y el 15% de los adolescentes tienen problemas crónicos como asma, alergias, diabetes, obesidad, epilepsia, leucemia, tumores, problemas de salud mental, etc. Por lo que es necesario, contar con una persona especializada a la que poder acudir para recibir atención sanitaria adecuada. (15)

Las necesidades especiales principalmente están encaminadas a prestar la atención integral necesaria a todos los alumnos con patologías crónicas, ya que es la enfermera escolar la figura representativa a cargo de estos cuidados, puesto que los docentes a parte de no tener los conocimientos adecuados, no están capacitados para asumir estas responsabilidades. (1)

El adolescente con patología crónica tiene morbilidades específicas asociadas tales como: (14)

- Acoso escolar, fracaso escolar o exclusión social
- Trastornos emocionales
- Malas relaciones afectivas y sexuales
- Mala adaptación a los cambios
- Negación de su enfermedad lo que puede conllevar a un incumplimiento terapéutico
- Efectos secundarios de la medicación por el consumo asociado de drogas
- Riesgo de teratogenia (embarazo)

Todos estos factores asociados a los riesgos propios de la adolescencia, pueden provocar una calidad de vida deficiente, por lo que es necesario apoyar y realizar una educación sanitaria integral para su cuidado.

- Necesidades especiales en los centros educativos.

Otras situaciones especiales y cada vez más habituales en los centros educativos, son los problemas de comportamiento en adolescentes. La terapia dialéctica del comportamiento es una intervención basada en mejorar la regulación de las emociones. (28)

En las últimas décadas se ha incrementado el número de niños con patologías crónicas y la enfermera es la persona adecuada para atender este tipo de

patologías en relación con el resto de trabajadores del centro educativo. Debido al aumento de las patologías crónicas y las necesidades especiales que conllevan estas enfermedades, la enfermera es imprescindible en la administración de medicación, ya que puede existir riesgo para el alumnado si se encarga de ello personal que no tiene los conocimientos necesarios, ni está contemplado legalmente su administración. (7)

Por otro lado, la existencia de la enfermera escolar contribuye a facilitar la conciliación familiar y laboral, ya que evita las salidas del trabajo para acudir al centro de salud. (5)

Los docentes afirman que es imprescindible la existencia de una enfermera ya que ellos no tienen los conocimientos necesarios para realizar según que intervenciones ya que si existiera en todos los centros se verían liberados a realizar actividades que no son de su competencia. (1)

Según los docentes, necesitan contar con enfermeras escolares ya que son profesionales clave para apoyar a los jóvenes con Diabetes Mellitus tipo 1 y educar sobre los cuidados que ello conlleva. Es necesario controlar la glucosa y si es necesario administrar insulina ya que los alumnos están muchas horas en las aulas. Es una enfermedad que necesita un control muy estricto. También son capaces de detectar cualquier anomalía (hiperglucemia o hipoglucemia) y cómo actuar ante ella. (29)

Las enfermeras escolares tienen un gran efecto positivo en sus intervenciones relacionadas con la violencia escolar, bullying, ansiedad, manejo de enfermedades crónicas, disminución de conductas inadecuadas o de riesgo, comportamiento y emociones y educación sobre las enfermedades de transmisión sexual. (30)

En conclusión, los adolescentes se consideran como un grupo potencial de riesgo y entre las funciones de la enfermera, destaca la educación para la promoción de hábitos de vida saludables, la cual es determinante para toda la comunidad. (8)

Anexo 8. Cuestionario de evaluación.

1. Nombre del centro:
2. Curso académico:
3. Tipo de centro educativo: Público Privado Concertado
4. Sexo: Hombre Mujer
5. ¿Has tenido algún compañero/a que durante las horas de permanencia en el centro, haya sufrido algún problema de salud y hubiera requerido atención urgente?
Si No No sé/No contesto
6. Después de las sesiones educativas de primeros auxilios, ¿crees que estas capacitado para atender una situación de urgencia?
Si No No sé/No contesto
7. ¿Existen en tu entorno compañeros que presenten alguna condición física o patología crónica, que pudiera precisar la atención de personas especializadas durante la jornada escolar?
Si No No sé/No contesto
8. ¿Qué patologías crees que son las más comunes en los adolescentes? Puedes marcar más de una opción.
Diabetes
Hiperactividad
Epilepsia
Trastornos alimentarios
Asma
Alergia
Parálisis cerebral
9. ¿Crees que la existencia de la enfermera escolar podría ser de ayuda para atender problemas de salud de los niños durante la jornada escolar?
Si No No sé/No contesto
10. ¿Qué importancia le darías al concepto expresado en la anterior pregunta?
Muy importante
Importante
Poco importante
Sólo ocasionalmente podría tener algún papel
No creo que fuera útil para atender problemas de salud de los escolares
11. ¿Crees que la enfermera escolar podría tener un papel destacado en la educación para el autocuidado del niño que padece enfermedad crónica y facilitar su integración en el entorno escolar?

Si No No sé/No contesto

12. ¿Qué importancia le darías al concepto expresado en la anterior pregunta?

Muy importante

Importante

Poco importante

Sólo ocasionalmente podría tener algún papel

No creo que fuera útil para atender problemas de salud de los escolares

13. ¿Crees que la enfermera escolar podría contribuir a formar a los profesores y al personal del centro escolar para la atención, asistencia y orientación en problemas de salud de los niños escolarizados?

Si No No sé/No contesto

14. ¿Consideras necesaria la existencia de la enfermera escolar en el centro para promocionar hábitos saludables, aplicación de programas de salud y fomento de la prevención?

Si No No sé/No contesto

15. ¿Qué importancia le darías al concepto expresado en la anterior pregunta?

Muy importante

Importante

Poco importante

Sólo ocasionalmente podría tener algún papel

No creo que fuera útil para atender problemas de salud de los escolares

16. ¿Existe enfermera escolar de forma permanente o parcial en su centro de trabajo?

Si No No sé/No contesto

17. ¿Consideras que la función ASISTENCIAL de la enfermería escolar es la de mayor relevancia en su labor?

Si No No sé/No contesto

18. ¿Crees que además de la función asistencial de la enfermería escolar, sería necesario incluir otro tipo de actividades en su trabajo diario, para proporcionar unos cuidados adecuados a la comunidad educativa?

Si No No sé/No contesto

19. ¿Podrías indicarnos alguna de las actividades que consideras que se deberían incluir en el trabajo diario de la enfermera escolar, a parte de la actividad asistencial?

20. Marca las actividades que identificarías como propias de la enfermería escolar. Puedes señalar más de una opción.

- Administrar una medicación en el centro
- Medir la satisfacción de los usuarios del servicio de salud
- Registrar todo el trabajo que lleva a cabo un servicio de salud
- Formar a alumnos, padres y personal del centro en hábitos saludables
- Coordinar con el personal de cada centro las actuaciones en cuestiones de salud
- Vigilancia del alumnado con enfermedades crónicas
- Realizar recomendaciones sobre procesos patológicos y cómo prevenirlos
- Evaluar la calidad de vida relacionada con la salud de los escolares
- Vigilar la adecuada dotación de los botiquines del centro
- Diseñar un programa de salud

21. ¿Piensas que la enfermera escolar debe ser parte activa y referente en los proyectos de salud de cada centro?

Si No No sé/No contesto

22. ¿Crees que la enfermera escolar debe conocer toda la información confidencial, en cuestiones de salud, del alumnado de los centros educativos?

23. ¿Sabías que los profesionales de enfermería, están formados para proporcionar cuidados a las personas en diferentes contextos de salud (físico, mental, emocional, espiritual)?

Si No No sé/No contesto

24. ¿Qué cualidades y condiciones piensas que debe tener la enfermera escolar?

25. ¿Crees que ha resultado útil este programa de salud sobre la enfermera escolar?

Si No No sé/No contesto

Muchas gracias por su colaboración.

Fuente: Adaptado de trabajo final de grado. (31)

Anexo 9. Encuesta a padres.

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN					
Valore de 1 a 5, donde 1 es malo y 5 es excelente, las siguientes preguntas referentes al programa de educación para la salud.					
PREGUNTAS	1	2	3	4	5
1) Fluidez y claridad de los contenidos impartidos en las sesiones.					
2) He aprendido nuevos conocimientos que no sabia sobre las funciones de la enfermera escolar.					
3) He adquirido nuevos conocimientos sobre primeros auxilios.					
4) ¿Crees que es primordial una dieta saludable para la prevención de enfermedades?					
6) He descubierto nuevos conocimientos sobre enfermedades y necesidades especiales.					
7) El programa de salud cumplió con el cronograma propuesto.					
8) Recomendaría el programa de salud a otros padres.					
9) Respuesta de dudas e inquietudes resueltas.					
10) Es necesaria la figura de enfermera escolar en el centro.					

Fuente: Elaboración propia.

